

Question11：移乗用ボードのみを使用して、ベッドからストレッチャーへの移乗を介助するにはどんなコツがありますか？

Answer：

- ◆移乗用ボードを使う移乗は、基本的に介助者 2 人で両側に立って安全を考えて行います。
- ◆介助者の身長の高さの 55～58%の高さ〔介助者の重心に近い〕にベッドとストレッチャーの高さを合わせます。
- ◆対象者の両上肢を胸部または腹部で組み、体位を整える。移乗動作時の腕の負傷を防ぎます。
- ◆反対側の介助者が対象者の背部・臀部を少し挙げ、ストレッチャー側の介助者が移乗用ボードを頸部から下腿まで差し込みます（写真 20）。移乗用ボードを使用することにより、摩擦を減らし、対象者を動かすのに必要な力を減少させることにより、介助者の身体的負担を減少させることができます。
- ◆ストレッチャーをベッドに最も近い位置に置き、ストッパーをかけ、ベッドよりやや低めにストレッチャーの高さを調節する。ベッドのストッパーも確認します。
- ◆介助者はベッドの両サイドに 1～2 名ずつ立ち、ストレッチャー側の介助者は対象者が転落しないように見守り、反対側の介助者はベッド上にあがり対象者の肩と腰部を把持して、ストレッチャー側に移動します。一度でストレッチャーの中央に移動するよりも上半身と下半身に分けて数度にわたって移動した方が、介助者・対象者両者への負担が軽減します（写真 21、22）。



写真 20

写真 21

写真 22

- ◆手順については、p. 23<手順：移乗用ボードを使用したベッドからストレッチャーへの移乗>を参照してください。

<文献>

尾黒正子，高橋徹，森將はる（2014）：ストレッチャー移送時の速さの違いが方向転換時における加速度と頭部の重心移動に及ぼす影響，日本看護技術学会誌，13(1)，66－74.

平田雅子（2013）：[完全版]ベッドサイドを科学する－看護に生かす物理学－，学研メディカル秀潤社 新訂版，東京，37.

佐川貢一，角濱春美，谷川恵子（2010）：ストレッチャーの移送法と乗り心地の関係，人間工学，46(1)，23－30.

<手順：移乗用ボードを使用したベッドからストレッチャーへの移乗>

1	対象者本人であるかを確認し、目的・手段・経路・所要時間・場所を説明し同意を得る
2	安全にストレッチャー移乗が行えるよう、2人以上の人員を確保する
3	掛物を取り、ベッド柵を取り外す
4	対象者の両上肢を胸部または腹部で組む
5	介助者はベッドの両サイドに1名を配置し、安全を図る
6	移乗用ボードを対象者の背部に敷く
7	ストレッチャーをベッドの近い位置に置き、ストッパーをかけ、ベッドよりやや低めにストレッチャーの高さを調節する
8	ベッド側の介助者は対象者の肩と腰部を把持してストレッチャー側に移動する
9	移動したら移乗用ボードを取り除く
10	掛け物をし、ストレッチャーの両側のサイドレールを上げる
11	ストッパーを外し、移送を開始する

【移乗用ボードを使用したベッドからストレッチャーへの移乗】動画

<https://youtu.be/NQ-GnVh481k>

